

NUOVA EDIZIONE AGGIORNATA

con consigli pratici per rafforzare il sistema immunitario
anche contro l'influenza da **Covid-19**

Thomas E. Levy

VITAMINA C

**PER LIBERARTI
DA MALATTIE INFETTIVE E TOSSINE**



**ESTRATTO
GRATUITO**

**La Via Naturale
della Guarigione**



Prefazione

*«Nella scienza il merito va all'uomo che convince il mondo,
non all'uomo che ha per primo l'idea».*

Sir William Osler

Parafrasando Sir William Osler, scoprire, senza disseminare e assimilare, non ha senso. Se la più grande delle scoperte tocca solo poche menti, o se ne tocca molte senza essere mai compresa del tutto, è completamente inutile. Man mano che il lettore procederà attraverso il libro, gli diventerà rapidamente chiaro che gran parte della ricerca di cui tratteremo è stata condotta per la prima volta cinquanta o più anni fa. Molti ricercatori e autori hanno scritto della vitamina C, o fattore “antiscorbuto”, da più di un secolo ormai. La vitamina C si è dimostrata una sostanza di un tale fascino che una grande massa di ricerca sui suoi effetti ha addirittura preceduto l'accertamento della sua individuazione chimica. I benefici della frutta e della verdura fresca per la salute sia dell'uomo che degli animali da laboratorio non necessitavano, per essere notati, della conoscenza di cosa c'era in questi cibi che faceva migliorare talmente la salute complessiva dell'organismo.

Questo libro ha un obiettivo più ambizioso della semplice compilazione, in un unico volume, di molte delle tantissime ricerche sulla vitamina C, le malattie infettive e le tossine. Pensiamo che la presentazione complessiva delle informazioni esistenti sulla vitamina C fatta da questo libro sia unica. Molti dei concetti e gran parte delle informazioni che verranno presentati nelle pagine seguenti sono il risultato del mio scopo costante di comprendere sempre meglio i numerosi e innegabili successi clinici nell'uso della vitamina C dei quali sono stato testimone. Il libro cita anche molti altri successi clinici importanti dei quali non sono stato testimone diretto ma che ho scoperto nella montagna di articoli pubblicati dai ricercatori sulla vitamina C o che mi sono stati riferiti dai colleghi. Questi successi continuano a venire ignorati, o sono sconosciuti alla maggioranza dei medici di base. La letteratura praticamente scoppia di prove irrefutabili che la vitamina C è l'elemento nutritivo unico ed essenziale per raggiungere e mantenere una salute ottimale e anche agente primario nella cura o nella terapia efficace di un gran numero delle malattie infettive più comuni. La vitamina C è probabilmente la terapia più importante che la maggioranza dei

pazienti contagiati dovrebbe ricevere, a prescindere dalla diagnosi e dal fatto che siano state già avviate altre terapie e trattamenti.

Molti clinici e ricercatori pretendono una spiegazione chiara per ogni risultato di un trattamento o protocollo di ricerca che osservano. Questa comprensione totale è un obiettivo molto auspicabile, ma una mancanza di chiarezza profonda non dovrebbe impedire di usare una terapia che ottiene consistenti e riproducibili successi clinici. I successi sono successi, e sapere perché un successo venga ottenuto è in genere un lusso per il clinico, e non una necessità per la cura del paziente. La mancanza di comprensione non dovrebbe mai negare un risultato clinico positivo. Solo il clinico più intellettualmente insicuro rifiuterebbe un trattamento che con tutta evidenza funziona, specialmente quando quel trattamento è virtualmente innocuo, com'è dimostrato con chiarezza da un utilizzo esteso e continuo durante gli ultimi sessant'anni.

Anche se altri “autori sulla vitamina C” mi hanno preceduto, il nuovo millennio segna un'età in cui è disponibile ai ricercatori e ai clinici una massa di ulteriori informazioni più grande di quanto sia mai capitato nella storia. Internet e il *World Wide Web* hanno reso possibile una facilità di accesso senza precedenti alle informazioni su qualsiasi argomento concepibile. Questa autentica valanga di informazioni ha fatto sì che ogni professione sia diventata più giudicabile, riguardo al livello di completezza e integrità nell'esecuzione delle sue responsabilità, di fronte all'opinione pubblica.

Molti autori medici sembrano essere restii a usare il termine “cura”. Anche se questa cautela è ammirevole nel suo tentativo di non abusare di un termine importante, è del tutto appropriato usare il termine “cura” quando, nella realtà, l'evidenza dimostra che una data patologia medica è stata ripetutamente e con chiarezza curata da una specifica terapia. La struttura del capitolo 2, il capitolo che tratta principalmente la terapia con vitamina C di specifiche malattie infettive, è redatta con l'intenzione di rendere immediatamente chiaro se una malattia infettiva sia curabile, reversibile o prevenibile con un corretto dosaggio di vitamina C, in base a quanto illustrato dalla letteratura medica mondiale dell'ultimo secolo. Una malattia infettiva sarà considerata reversibile, in opposizione a curabile, quando un dosaggio ottimale di vitamina C inverte tutti o parte dei segni, sintomi e analisi anomale di laboratorio associate. Se un'inversione di questo genere è completa e permanente, la patologia medica sarà considerata curabile. Questa struttura permette, al lettore che sia interessato a una particolare malattia infettiva, di andare direttamente alla sezione dedicata, per controllare gli effetti documentati, per quella malattia, della vitamina C. Evitare di usare il termine “cura”, quando è del tutto appropriato, è altrettanto dannoso che usarlo in modo inappropriato. Non rendersi conto dell'incredibile capacità della vitamina C di

curare una data malattia infettiva non fa altro che perpetuare l'uso di tante altre sostanze tossiche e protocolli clinici debilitanti, applicati senza necessità. Se la scarpa ti sta, la usi, e se la terapia funziona, devi dirlo.

Nel caso in cui sia appropriato, sottoporremo al giudizio dei lettori anche gli effetti potenziali, anche se non documentati, di un adeguato dosaggio di vitamina C nelle malattie infettive. Sicuramente, è spesso possibile fare una deduzione ragionevole della risposta clinica di una data malattia infettiva a un dosaggio più efficace (di solito endovenoso) o più abbondante di vitamina C. Questa valutazione clinica si basa su una risposta più positiva, di una malattia infettiva simile, a quel regime di dosaggio, più corretto, di vitamina C. Anche se non ha lo stesso valore di uno studio clinico controllato, un medico competente dovrebbe comunque avere l'opzione di provare un regime di dosaggio di vitamina C dimostratosi sicuro in un'altra malattia infettiva anche se non è ancora documentato in letteratura. In realtà, spesso, ci si aspetta che un medico clinico provi una terapia di comprovata sicurezza per una malattia, su un'altra malattia correlata che non risponda ad altri trattamenti. Così capita anche quando l'evidenza in letteratura è insufficiente per raggiungere una conclusione inequivocabile. Anche se molti medici clinici possono preferire il porto sicuro delle terapie consolidate, l'uso prudente di terapie generalmente considerate sicure per altre malattie dovrebbe essere incoraggiato. Questo è vero, in particolare, quando le terapie consolidate sono con tutta evidenza inefficaci e, a volte, perfino dannose.

Questo libro è stato scritto precisamente con i punti precedenti chiarissimi nella mente. Quando sarà presentata un'ipotesi basata su un'informazione, clinica o di ricerca, limitata, lo segnalerò. Tuttavia, segnalerò anche il caso in cui la totalità dell'evidenza indica chiaramente che la vitamina C ha guarito una patologia. Incoraggiamo i lettori a controllare se le nostre citazioni che appoggiano quanto affermiamo sono corrette. Ne saremo felici e, inoltre, li invitiamo a contattarci, specialmente nel caso in cui il commento rappresenti un tentativo onesto di armonizzare uno qualsiasi degli incredibili dati che sostengono l'enorme ruolo che la vitamina C dovrebbe giocare nella vita e nella salute di ogni essere umano. La contestazione non mi ha mai offeso, soprattutto se suffragata da onesti dati scientifici. I commenti, positivi e negativi, mi rendono un medico migliore, e aumentano la qualità delle mie terapie mediche future e dei miei scritti medici. D'altro canto, ho l'ardente speranza che tutti gli altri dottori che incontreranno questo libro riescano ad assumere la stessa posizione di apertura. Facciamo in modo che siano solo i risultati a parlare a favore o contro la vitamina C.

Ovviamente, la propaganda e l'arroganza intellettuale non devono avere alcun ruolo nella stimata pratica medica. I ricercatori disposti a criticare i concetti medici stabiliti dovrebbero essere incoraggiati e lodati dai loro colleghi, non

isolati e ridicolizzati. Se le loro nuove teorie radicali si dimostrano errate, allora i risultati parleranno da soli. Raramente la medicina, e la scienza in genere, hanno fatto passi significativi attraverso proposte fatte dalla maggioranza contro la minoranza. Soltanto menti veramente indipendenti, come Galileo, Tesla, Newton e Pauling, hanno offerto all'umanità l'occasione di balzare nel futuro, e non soltanto di trascinarsi avanti, o perfino di scivolar indietro. Come Sir William Osler notò, in testa a questa prefazione, sfortunatamente è molto più importante convincere il mondo che qualcosa è vero piuttosto che limitarsi a scoprirlo e lasciare che l'evidenza parli da sola. La mia speranza è che questo libro possa giocare un ruolo significativo nella "scoperta" che la vitamina C è un fattore di importanza incredibile nel mantenere e nel ripristinare la salute degli esseri umani. Questo libro è dedicato anche ai molti ricercatori sulla vitamina C, tuttora non riconosciuti, che hanno fornito i loro pochi colpi di pennello alla tela ma non hanno mai avuto l'opportunità di vedere completato il capolavoro, o forse, nemmeno di sapere che esisteva una tela più ampia.

Introduzione

«... la logica e le dimostrazioni inattaccabili sono impotenti di fronte all'inerzia e al dogma del pensiero consolidato».

Irwin Stone

Per quanto incredibile possa sembrare, la letteratura medica ha già documentato come la vitamina C abbia prontamente e definitivamente guarito tanto la poliomielite acuta che l'epatite acuta, due malattie virali che la medicina moderna considera tuttora incurabili, a prescindere dalla terapia adottata. Teniamo presente che sia la polio che l'epatite talvolta possono risolversi in maniera spontanea, talora in tempi relativamente rapidi, altre volte in tempi più lunghi. Tuttavia, la medicina moderna non sembra consapevole che la vitamina C in dosi adeguate, sia in grado di guarire in modo rapido e affidabile quasi tutti i casi di polio acuta ed epatite acuta. Bambini ammalati di polio si rimettono del tutto in meno di una settimana, e i pazienti affetti da epatite si ammalano solo per qualche giorno, non per svariati mesi. Inoltre, l'epatite cronica non si sviluppa nei pazienti affetti da epatite acuta trattati con vitamina C in quantità sufficiente.

La vitamina C ha anche bloccato e spesso guarito molte delle altre comuni malattie virali e batteriche che continuano a tormentare bambini e adulti. In realtà, esistono molte indicazioni che la vitamina C in dosi corrette contrasti e prevenga, in quasi tutti i casi, stati patologici come il cancro e alcune malattie cardiache, ma le prove più convincenti e meglio documentate riguardano la guarigione di molteplici malattie infettive che causano grandi sofferenze e spesso risultano mortali o inabilitanti. Mano a mano che il lettore leggerà anche un semplice campione dell'enorme quantità di concrete prove scientifiche sull'efficacia del trattamento delle malattie infettive con la vitamina C, prove in pratica del tutto ignorate, diventerà più semplice rendersi conto di quante siano le sue applicazioni, per quanto meno documentate, che rimangono ancora trascurate. Attualmente, la medicina moderna offre solo un'ampia gamma di vaccini nella speranza di fornire protezione contro molte delle malattie infettive. Al contrario, pochi sono i progressi significativi fatti nella terapia reale di quasi tutte le malattie virali una volta contratte. Gli antibiotici hanno rappresentato un grande miglioramento nella terapia di diverse malattie infettive non virali, ma

la terapia d'elezione per la maggior parte delle infezioni virali rimane di solo sostegno, rivolta unicamente a lenire i sintomi sperando che il sistema immunitario possa recuperare le sue forze. Alla fine vince uno dei due, il paziente o la malattia, e il medico curante deve aspettare assieme al paziente l'esito finale. Con la vitamina C, tuttavia, tale scenario non è più destinato a ripetersi all'infinito. Ad esempio, le prove scientifiche presentate in questo libro dimostrano in modo inoppugnabile che la poliomielite, nota infezione virale, può essere completamente *guarita*, e lo è stata, con l'adeguata somministrazione di dosi molto elevate di vitamina C. Le prove scientifiche in questo libro mostrano altrettanto inoppugnabilmente che la vitamina C ha degli effetti che vanno molto oltre la semplice cura della poliomielite. Anche se la polio è una malattia in gran parte sconosciuta per le nuove generazioni e dimenticata da quelle vecchie, qualsiasi medico, anziano o giovane, vi dirà che la polio è stata, e rimane, una malattia per la quale non esiste una terapia efficace e di certo nessuna cura.

È alla luce di questi sbalorditivi risultati clinici che deve essere valutata la credibilità passata, presente e futura delle istituzioni mediche convenzionali. In gran parte, i medici sono dotati delle migliori intenzioni, ma ciononostante il fatto che si ostinino tutti a evitare di trarre le inevitabili conclusioni sull'enorme beneficio clinico della somministrazione di vitamina C in dosi corrette, è una loro completa responsabilità. Al culmine dell'epidemia di polio del 1949, quando tutti i giovani genitori vivevano nella paura che i loro figli, bambini e neonati, fossero le prossime vittime, il dottor Frederick R. Klenner rese noto che aveva curato con successo 60 pazienti su 60 che gli si erano presentati nello studio o al Pronto Soccorso. Inoltre comunicò che *nessuno* dei 60 pazienti da lui curati aveva subito quei danni residui che spesso lasciano permanentemente disabili i superstiti del virus della polio. In seguito, sempre nel 1949, Klenner presentò queste prove a una sessione annuale dell'Associazione medica americana dedicata alle terapie per i pazienti colpiti da polio. Come si vedrà più avanti, la ricerca e i dati di Klenner erano chiari ed evidenti. Lasciemo al lettore il giudizio di come sia stato possibile ignorare allora, e continuare a ignorare ora, informazioni talmente conclusive. Landwehr [1991; *N.d.T.*] ha affrontato in parte il tentativo di Klenner di informare l'Associazione medica americana dell'incredibile risposta della polio a dosi adeguate di vitamina C.

Klenner fu anche in grado di dimostrare più volte come la vitamina C sembri essere l'agente ideale per la soppressione di qualsiasi tipo di virus infettivo. Più volte riuscì a dimostrare che la vitamina C è senza dubbio la scelta ottimale per neutralizzare, e come ausilio per eliminare, quasi tutti gli agenti chimici tossici e le sostanze potenzialmente velenose per l'organismo, incluse le tossine associate a molte delle malattie infettive. In aggiunta, si vedrà come Klenner e molti altri

clinici e ricercatori abbiano dimostrato in maniera definitiva come la vitamina C sembri essere ideale come ausilio per la distruzione della maggior parte dei batteri, funghi, e altri agenti microbici che continuano ad affliggere l'umanità.

Nonostante la vitamina C costituisca da sola una terapia incredibilmente efficace, ad agente unico, per molte malattie infettive, non esiste praticamente nessuna terapia medica, per qualsiasi patologia virale, che non venga sostanzialmente migliorata con l'utilizzo aggiuntivo della vitamina C. I soli requisiti indispensabili sono che la vitamina C sia somministrata:

1. nella forma giusta;
2. con la tecnica adeguata;
3. con la frequenza necessaria;
4. con il dosaggio necessario;
5. in aggiunta ad altre sostanze e
6. per un periodo di tempo adeguato.

Chiunque abbia letto le informazioni fin qui esposte si chiederà certamente come mai questa terapia tanto strabiliante per la poliomielite, l'epatite e altre malattie infettive possa essere stata sottovalutata da così tanti medici e ricercatori attenti e intelligenti. Non c'è una risposta semplice a questa domanda. La maggior parte delle persone, specialmente quelle con elevata istruzione come i medici, si ostina a pensare come un gruppo piuttosto che come un individuo che contribuisce a un fondo collettivo di conoscenza. Non appena qualcosa viene impresso sulle pagine dei libri di medicina, i professori delle scuole mediche di tutto il paese lo insegnano agli studenti di medicina e ai dottori nei corsi post-laurea; una volta divenuti medici praticanti, questi impressionabili tirocinanti ignorano sbrigativamente ogni contraddizione con questo corpo di conoscenza ortodossa. La fede incondizionata nella conoscenza medica "istituzionale" è radicata talmente in profondità che molti medici non prendono nemmeno in considerazione la lettura di qualcosa proveniente da fonti che non considerano degne di produrre nuovi concetti medici. E se, per caso, si imbattono in una tale informazione, e se contrasta con troppi dei concetti approvati dalla maggior parte dei loro colleghi e dei libri di testo, allora la accantonano in tutta fretta, ritenendola ridicola.

In qualità di medico praticante da più di venticinque anni, posso assicurare al lettore che praticamente ogni dottore teme, più di ogni cosa, di essere messo in ridicolo presso i propri colleghi. Questo timore, più di qualunque altro fattore che riesco a immaginare, sembra soffocare quasi completamente il pensiero medico indipendente. Goethe una volta disse: «Saremmo disposti ad ammette-

re i nostri errori morali, i nostri sbagli e i nostri crimini, piuttosto che ammettere i nostri errori scientifici». Certo, un piccolo manipolo di medici disonesti potrebbe opporsi a una qualche novità inopinata ma legittima per timore di una riduzione del proprio reddito. Nondimeno, la maggior parte dei medici si prende realmente cura dei propri pazienti e intende aiutarli. Rimane il problema di riuscire ad avere allo stesso tempo medici e completa verità medica. Forman [1981; *N.d.T.*] ha analizzato questa resistenza all'innovazione di alcuni scienziati, specialmente dei medici clinici.

Anche se questo libro affronta l'incredibile capacità della vitamina C di trattare e guarire molte differenti malattie virali e a trattare un vasto insieme di altre malattie infettive, la storia vera di un'altra terapia efficace, disponibile da molto tempo, probabilmente illustrerà al meglio perché valga la pena di fare ulteriori sforzi per diffondere la verità sulla vitamina C.

Il 2 luglio 2000, una domenica, nelle ore di maggior ascolto serale fu mandato in onda un film per la tv. Intitolato *First Do No Harm* [in Italia: *Un passo verso il domani*; *N.d.T.*], è interpretato da Meryl Streep, una delle attrici più famose dei nostri giorni. È la storia romanzata di una vicenda realmente accaduta nella vita di una madre (Streep) e del suo giovane figlio. Il bambino aveva sviluppato una sindrome epilettica le cui crisi progressivamente non rispondevano più alle cure mediche prescritte. Per di più, le medicine usate avevano provocato molteplici sintomi collaterali di cui almeno uno potenzialmente fatale. Come ultima risorsa, al figlio venne infine prospettato un intervento chirurgico al cervello, pur trattandosi di una scelta con poche speranze di successo a lungo termine. La madre, persona che non accettava passivamente il fato ma determinata a forgiarlo essa stessa, si gettò a fare ricerche nelle biblioteche mediche. Fu lei a "scoprire" un trattamento chiamato "dieta chetogenica" che, stando alle pubblicazioni, eliminava le convulsioni in una percentuale rilevante di pazienti in precedenza trattati senza successo con farmaci anti-epilettici. Il suo neurologo non le aveva nemmeno menzionato che la dieta fosse una terapia possibile, sebbene il trattamento fosse contemplato nella letteratura medica da circa settantacinque anni! Quando la madre accennò a voler sperimentare la dieta, il neurologo la prese in giro, etichettando come "aneddotici" i resoconti dei successi della dieta, e minacciandola di passare ad azioni legali per impedirle il trasferimento del figlio all'ospedale Johns Hopkins di Baltimora, dove tentare la dieta ed evitare l'intervento chirurgico. Come ormai ci possiamo aspettare, la dieta funzionò in maniera spettacolare e il figlio si liberò rapidamente delle convulsioni e smise di assumere tutti i farmaci.

Il giorno successivo mi trovavo nella sala d'attesa di uno degli ospedali di Colo-

rado Springs, ed era molto evidente che i dottori, come gruppo, erano indignati che la loro autorità fosse stata messa in discussione dal film *First Do No Harm*. Uno dei dottori più giovani disse che avrebbe dovuto “dare un’occhiata” a questa dieta chetogenica e tutti gli altri rapidamente accumularono una forte “negatività di gruppo” che accettava solo ulteriori commenti negativi su quel tipo di terapia. Alcuni dei commenti di questi dottori reali somigliavano parecchio ai commenti negativi del neurologo del film della tv. Allo stesso modo, i medici bollavano come aneddotici i resoconti delle risposte positive alla dieta chetogenica, sebbene fosse del tutto ovvio che la maggior parte, se non tutti, non avesse mai nemmeno sentito parlare della dieta chetogenica prima di avere visto o sentito parlare del film. E nonostante il fatto che molte di queste risposte positive alla dieta fossero state realmente pubblicate. Uno dei dottori fece anche riferimento a Internet come fosse un altro «National Enquirer», intendendo che i non professionisti sono così disperatamente ignoranti che non possono scoprire da soli informazioni vitali, e che vengono illusi facilmente da quello che leggono. Un altro medico più anziano asserì che avrebbe avuto bisogno di una “bibliografia completa” di riferimenti clinici ancora prima di prendere in considerazione la dieta chetogenica. Come gruppo, l’opinione generale, affermata e condivisa, fu che era impossibile che nel corso della loro formazione medica non si fossero mai imbattuti in una terapia significativa per malattie convulsive insensibili a qualsiasi trattamento. Invece di unirmi alla conversazione, mi limitai ad ascoltare e mi allontanai senza commentare.

Una volta a casa, mi ci vollero in tutto tre minuti per mettere online il mio computer, accedere a «MEDLINE» e trovare 180 riferimenti clinici pubblicati sulla “dieta chetogenica”. «MEDLINE» è il database della *National Library of Medicine*, contiene più di undici milioni di citazioni e *abstracts* di autori da più di 4000 riviste biomediche da tutto il mondo, a partire dal 1966 fino ai giorni nostri. (Per avere un piccolo campione dei riferimenti sulla dieta chetogenica, potete consultare la bibliografia alla fine di questa introduzione). In uno dei riferimenti più recenti, il numero di aprile del 2000 di «*Pediatrics*», sono recensiti undici studi sulla dieta chetogenica. Gli autori hanno concluso che la dieta chetogenica ha *completamente* arrestato le convulsioni medicalmente irresponsive in una percentuale significativa di bambini. Inoltre la dieta ha ridotto la frequenza delle convulsioni di oltre il 90% in una percentuale ancora più estesa di bambini! Articoli simili si trovano nelle diverse riviste di neurologia ed epilessia. Purtroppo, sembra che molti pediatri e neurologi infantili ignorino il contenuto dei numeri più recenti delle riviste specializzate e di settore. Come minimo, sembra che ciò che è letto non sia valutato e soppesato indipendentemente nella mente del medico che legge.

Invariabilmente, l'informazione nuova e "radicale" deve essere già stata accettata dalla maggioranza dei colleghi medici per avere qualche reale possibilità di essere utilizzata nella cura del paziente. L'informazione più vecchia, più "radicale", ironicamente, sembra avere ancora meno *chance* di valutazione obiettiva e applicazione pratica.

È importante notare ulteriormente che è sempre esistita una spinta costante a usare farmaci di sintesi per trattare, ove possibile, qualsiasi malattia. I farmaci anti-epilettici moderni non erano disponibili quando fu scoperta la dieta chetogenica. La corretta applicazione della dieta è faticosa e l'investimento in tempo e sforzi richiesto è molto maggiore di quello necessario per scrivere una ricetta. Quando furono prodotti i primi farmaci anti-convulsivi, la dieta chetogenica cadde rapidamente in disuso. Fatto particolarmente infelice, in quanto i farmaci anti-epilettici hanno spesso effetti collaterali più gravi rispetto ad altri farmaci. Basti dire, comunque, che il medico generico raramente si discosta da ciò che è contenuto nei manuali di base, anche quando le riviste specialistiche, con le quali il medico dovrebbe aver familiarità, affermano il contrario.

A questo punto necessita parlare di una delle critiche più comuni nel campo medico di un concetto che non si accorda con la tipica informazione medica. Quando si etichetta qualcosa come "aneddoto," di solito si intende che la persona che riporta l'informazione è incapace di descrivere accuratamente la risposta di un paziente a una terapia. In realtà il dizionario definisce come aneddoto una breve narrazione non pubblicata. Le riviste maggiormente considerate dei nostri giorni contengono spesso quelli che sono detti *case reports* (casi di studio), i quali non sono altro che brevi resoconti delle risposte alla terapia di uno o più pazienti. Un *case report* non è assolutamente nulla di più di un resoconto aneddótico che in qualche modo è riuscito a essere pubblicato. In ogni caso, il *case report* pubblicato è generalmente scritto da un professionista della sanità e al suo contenuto è riconosciuta spesso la stessa validità di studi o articoli preparati più "scientificamente". In ultima analisi, comunque, un *case report* è un aneddoto, e un aneddoto è un *case report*. Le sole differenze sono l'esecutore della narrazione e la sua abilità nel farsi pubblicare. L'autore non professionale o l'autore medico non istituzionale subisce il ridicolo e deve lottare per essere pubblicato, mentre l'autore medico istituzionale è pubblicato senza difficoltà e considerato con grande rispetto dalla comunità medica per avere portato un contributo significativo all'analisi di un importante evento clinico. I concetti medici nuovi, di avanguardia, provenienti da "fonti non ufficiali", devono comunemente lottare anche solo per riuscire a venire alla luce.

Il "potere del testo ufficiale" gioca un ruolo importante nella sopravvivenza di una terapia e nell'opposizione ostinata verso un'altra. Sebbene la letteratu-

ra medica corrente identifichi chiaramente la dieta come una terapia praticabilissima per l'epilessia, come menzionato sopra, la maggior parte dei sanitari non usa trattamenti che non siano già nei manuali, a meno che la maggior parte dei loro colleghi non lo faccia già. Nella ventunesima edizione del *Cecil Textbook of Medicine*, copyright 2000, non c'è nemmeno una singola citazione della dieta chetogenica nel trattamento dell'epilessia. Questo manuale di medicina è stato per lungo tempo il "metro di riferimento" nazionale dei medici e degli studenti di medicina. Come può essere che una legittima terapia dell'epilessia, consolidata da settantacinque anni, non sia nemmeno menzionata in una delle sue pagine, mentre istituzioni accademiche stimate come la John Hopkins e la Stanford hanno sostenuto la medesima terapia e hanno registrato risultati costantemente positivi? È una domanda da porsi.

Al medico medio non sembra nemmeno interessare granché il fatto che il capitolo tipico di un manuale di medicina sia compilato in genere da un unico autore, raramente da due o più. Questo significa che, di solito, ci si affida solo a una o due persone per condensare tutta l'informazione attinente a un certo argomento in dati pertinenti e utili. E oltre a ciò si dà per scontato che gli autori abbiano preso in rassegna tutti gli articoli di rilievo esistenti nella letteratura medica sull'argomento.

Questo libro dimostrerà senza difficoltà come nella letteratura medica non sia riconosciuta, o forse sia solo ignorata, molta informazione attinente all'enorme valore della vitamina C. Nella letteratura medica corrente, la maggior parte delle rassegne sulla vitamina C non cita quasi mai le ricerche originali svolte su di essa. Purtroppo, questo è un indicatore diretto che molti altri "vecchi" concetti significativi o importanti informazioni su molteplici argomenti medici, non trovano mai posto nelle pagine dei manuali medici. Ogni qualvolta è pubblicata una nuova edizione di un manuale medico, si può star tranquilli che la descrizione della terapia di una data malattia varierà solo marginalmente rispetto all'edizione precedente. Di solito, le differenze sono presenti nella letteratura degli anni più recenti. In altre parole, se un concetto importante della letteratura medica di un certo periodo non fa la sua comparsa nella *prima* edizione del manuale suo "contemporaneo", gli restano poche possibilità di essere mai più considerato come merita, a prescindere da quanto importante esso possa essere. A dire la verità, molti medici hanno un assoluto disdegno per tutta la letteratura medica che sia più vecchia di qualche anno. Sembra quasi che sia attribuita una "data di scadenza" anche al migliore dato scientifico, e se non è incorporato immediatamente in un manuale, non sarà mai più preso in considerazione, salvo che un ricercatore "moderno" non decida, in seguito, di ripetere lo studio e "riscoprire" l'informazione.

Sotto la voce “acido ascorbico,” il termine medico usato per la vitamina C, una ricerca su «MEDLINE» produce un elenco di quasi 24.000 articoli presenti nei suoi archivi (ricerca fatta nel 2002). Sull’acido ascorbico, inoltre, continua a essere pubblicato circa un nuovo articolo al giorno. La vitamina C è stata e continua a essere una delle sostanze maggiormente indagate nella storia della ricerca medica. Un’indicazione di questa popolarità della vitamina C come oggetto di ricerca viene da King [1936; *N.d.T.*], che ha compilato un’estesa rassegna su di essa. A quel tempo, egli puntualizzava che la sua rassegna era «limitata quasi interamente a ricerche pubblicate durante gli ultimi quattro anni». Nonostante ciò, egli cita 169 studi.

Nonostante l’enorme mole di ricerca che è stata fatta e continua a essere fatta, ironicamente, la vitamina C rimane una delle sostanze maggiormente ignorate in termini di applicazioni pratiche. Gli autori di molte ricerche pubblicate sulla vitamina C spesso terminano le loro argomentazioni incoraggiando “ulteriori ricerche” e affermando che i loro articoli sono solo di natura “preliminare,” nonostante il fatto che in quegli studi possano essersi verificate risposte sorprendentemente positive nell’uso della vitamina C per determinate situazioni cliniche. Un esempio particolarmente stupefacente di questo fenomeno è costituito dallo studio di Massell *et al.* [1950; *N.d.T.*], che hanno esaminato le risposte cliniche alla vitamina C in sette pazienti con febbre reumatica. Tutti i sette pazienti avevano goduto di miglioramenti straordinari. L’artrite del caso Uno era scomparsa entro ventiquattro ore dalla somministrazione della vitamina C. Il caso Tre era malato da sei settimane e dal secondo giorno di terapia con vitamina C la sua temperatura era tornata normale e anche la sua artrite era completamente risolta. Il caso Sette, usando le parole degli autori, era «grandemente migliorato» dopo l’inizio della terapia con vitamina C. Il caso Cinque risultò «evidentemente molto migliorato». Gli altri tre casi riportarono risposte positive simili. Tuttavia alla fine di questo articolo gli autori rilevano che «non si può ancora trarre nessun giudizio definitivo riguardo al possibile valore terapeutico» della vitamina C nel trattamento della febbre reumatica. E sebbene gli autori riconoscano che la vitamina C è «generalmente considerata innocua», aggiungono che «c’è evidentemente bisogno di studi accurati sulla sua tossicità». Sembra quasi che qualsiasi risposta clinica, per quanto straordinariamente positiva e per quanto priva di effetti collaterali, non potesse essere mai ritenuta sufficiente da questi autori per permettere loro di consigliare l’uso di routine della vitamina C nella terapia della febbre reumatica. Come se, per qualche motivo, l’acqua sia sempre un po’ troppo fredda per nuotare. In genere, nessuno ha il coraggio di raccomandare un alto dosaggio regolare di vitamina C, sebbene una valutazione logica della maggior parte delle ricerche suggerisca precisamente questo.

Ci sono pochissime malattie umane o condizioni patologiche che non traggano almeno qualche miglioramento dal regolare dosaggio di una dose ottimale di vitamina C. È raro che ci sia una ragione valida per non somministrare immediatamente a qualsiasi paziente grandi dosi di vitamina C prima di procedere con la diagnosi medica. In effetti, Klenner diceva che come routine innanzitutto iniziava la cura con la vitamina C e solo dopo procedeva con la valutazione diagnostica del paziente. Per di più, con questo approccio clinico Klenner ha riportato sempre buoni risultati.

La ricerca di base è certamente essenziale per il progresso della medicina, ma gli studi fondamentali sulla vitamina C che necessitano di essere svolti dovrebbero implicare solo l'uso dei dosaggi più elevati. Benché Klenner abbia raggiunto molti risultati stupefacenti con la sua terapia, non sono stato in grado di scoprire nessun ricercatore medico convenzionale [*mainstream*; *N.d.T.*] che abbia mai eseguito un *qualsiasi* studio clinico su una *qualsiasi* malattia infettiva utilizzando dosaggi di vitamina C paragonabili a quelli usati da Klenner. L'uso di qualsiasi agente terapeutico in quantità troppo esigua determina ovviamente un effetto minimo o nullo su una malattia o un processo infettivo. E comunque, tale informazione *non può* certo essere usata per dedurre quali sarebbero gli effetti di dosi molto più elevate del medesimo agente. Klenner ha spesso usato sui pazienti quantità giornaliere di vitamina C che sarebbero pari a 10.000 volte quelle usate in alcuni dei molti studi clinici presenti in letteratura! E sebbene dosi così piccole di vitamina C spesso abbiano, lo stesso, prodotto incredibili risultati clinici o di laboratorio, per lo più si è riscontrata una mancanza di risposta. Un confronto scientificamente valido tra gli effetti di dosaggi così enormemente diversi semplicemente non può essere fatto, se vogliamo essere corretti.

La letteratura medica, come rivelato da «MEDLINE» e dalla letteratura che ha preceduto l'apparizione di «MEDLINE», svela molte informazioni sparse e fatti scientifici smarriti da tempo, ignorati o in qualche modo trascurati. Gli esempi sopra citati, della dieta chetogenica presenti nella letteratura medica e archiviati su «MEDLINE», sembrano essere ignoti o sottovalutati dai pediatri, dai medici internisti, dai neurologi e dai neurochirurghi. Non deve quindi sorprendere se numerose e importanti informazioni sulle ricerche mediche e cliniche sulla vitamina C riguardano il 1990, oppure il 1960, 1940, o anche anni precedenti. Se perfino gli atti delle ricerche del 1999 o 2000 sono ignorati da molti medici, anche quando sono pubblicati dalle riviste delle loro specialità, è facile capire che i dati della ricerca pubblicati nel 1940, e che non sono mai stati inseriti nei manuali di medicina, non hanno nessuna realistica possibilità di essere accettati dalla stragrande maggioranza dei medici oggi in attività.

La ricerca sulla vitamina C è un caso unico anche perché su questa sostanza è stata raccolta una vastissima quantità di dati prima ancora che fosse chimicamente identificata. Prima dell'identificazione, era nota come il fattore "anti-scorbuto" presente in molta frutta, vegetali e altre piante. Lo scorbuto è la malattia sempre fatale che compare quando trascorrono alcuni mesi senza assimilare vitamina C. Molte di queste ricerche vecchie e poco chiare hanno comunque fornito dati sorprendenti, come vedremo.

In questo libro, per quanto possibile, sarà fatto ogni sforzo per citare tanto la letteratura medica vecchia che quella nuova. Un lettore motivato potrà controllare da sé gran parte dei dati esposti. In genere, indicherò con chiarezza quando le spiegazioni dell'azione e degli effetti della vitamina C sono mie, e quando l'argomentazione è, invece, tratta direttamente dalla letteratura medica. Spesso, una certa questione non è trattata chiaramente nella letteratura; in questo caso cercherò di usare l'informazione esistente per giungere ad una conclusione logica.

Questo libro intende sfidarvi, inquietarvi e anche, spero, motivarvi all'azione. Tale intenzione è rivolta tanto al lettore inesperto come all'operatore sanitario professionista. Certo, è stato dimostrato che la vitamina C guarisce, cura e/o previene molte malattie infettive considerate incurabili e inaffrontabili, se non limitatamente ad alleviare i sintomi associati. Certo, molte malattie virali infettive sono state guarite e possono ancora essere guarite dall'adeguata somministrazione di vitamina C. Certo, le vaccinazioni contro queste malattie infettive non sono assolutamente necessarie se si può accedere a un'adeguata terapia con vitamina C. È, certo, che anche tutti gli effetti collaterali delle vaccinazioni, molti o pochi che siano, sono del tutto evitabili poiché, innanzitutto, le vaccinazioni stesse non devono essere usate quando vi sia disponibilità di vitamina C in dosi adeguate.

Siamo molto, molto in ritardo nel riconoscere alla vitamina C il ruolo che merita nella medicina ufficiale. Inoltre la vitamina C deve essere accettata non nelle microdosi per cui è stata in genere studiata per quasi sessantacinque anni, ma nelle dosi molto più elevate e ottimali usate dal dottor Frederick R. Klenner e pochi altri importanti ricercatori e clinici. Il dosaggio ottimale della vitamina C dovrebbe ridurre drasticamente l'uso di molti antibiotici e medicine. Dopo la lettura del libro, sarete costretti ad ammettere che questa vitamina in dosi corrette potrebbe prevenire una grande quantità di malattie ed evitare sofferenze inutili.

Indice

Prefazione	3
La vitamina C e la pandemia da Covid-19	7
Introduzione	14
Capitolo 1. Il contesto storico e alcuni concetti di base	25
Capitolo 2. Guarire, curare e prevenire le malattie infettive	39
Capitolo 3. L'antidoto definitivo.....	169
Capitolo 4. La sicurezza delle dosi elevate di vitamina C	287
Capitolo 5. Suggerimenti pratici	333
Appendice 1	341
Appendice 2	347
Appendice 3	349
Appendice 4	351
Ringraziamenti.....	357
L'Autore	358

Thomas E. Levy

VITAMINA C

PER LIBERARTI DA MALATTIE INFETTIVE E TOSSINE

“Tutti gli abitanti del pianeta possono vivere una vita più sana e più felice consumando quotidianamente dosi appropriate di vitamina C”.

Nonostante l'enorme mole di ricerca che è stata fatta e continua a essere fatta, la vitamina C rimane una delle sostanze maggiormente ignorate in termini di applicazioni pratiche.

Il prof. Levy ci dimostra, invece, che sono pochissime le malattie o condizioni patologiche che non traggano miglioramento dal **regolare dosaggio di una dose ottimale di vitamina C**: è raro che ci sia una ragione valida per non somministrare immediatamente a qualsiasi paziente grandi dosi di vitamina C prima di procedere con la diagnosi medica.

Tra le pagine di questo volume scoprirai che:

- la vitamina C è riuscita a guarire o ha contribuito alla **cura di molte malattie infettive comuni**, addirittura di alcune ritenute incurabili, come l'epatite e la poliomielite;
- la vitamina C è la **terapia d'elezione** contro molte patologie potenzialmente fatali e per molte altre condizioni tossiche che minano il corpo;
- la vitamina C è **priva di effetti collaterali**.

Una parte del libro è dedicata ai benefici derivati dall'uso della vitamina C per rafforzare il sistema immunitario anche alla luce delle conseguenze causate dalla diffusione dell'influenza da Covid-19.

THOMAS E. LEVY è laureato in medicina e in legge. Ha praticato come cardiologo per 15 anni prima di iniziare la sua personale esplorazione dei molti aspetti della medicina al di fuori degli schemi tradizionali. È autore di numerosi libri sulla tossicità di alcune terapie dentali, sull'alimentazione, sulle malattie cardiovascolari e sulla vitamina C.

ISBN: 978-8828506225



€ 20,00

GRUPPO MACRO

BENESSERE E CONOSCENZA DAL 1987

www.gruppomacro.com